

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Статья поступила в редакцию: 04.08.2026

Статья принята к публикации: 22.08.2026

Статья опубликована: 08.09.2026

УДК 159.9.072

DOI: 10.32743/UniPsy.2026.147.9.23339

Тема обучаемости в ритмологическом аспекте

Наумова Елена Владимировна

канд. филол. наук, доц.

кафедры лингвистики Федерального государственного бюджетного учреждения
Национальный медицинский исследовательский центр им. В.А. Алмазова Минздрава России

Российская Федерация, г. Санкт-Петербург

E-mail: naumova_elena_07@mail.ru

The topic of learning capability in its rhythmological aspect

Naumova Elena Vladimirovna

candidate of Philological Sciences, Associate Professor

Department of Linguistics Federal State Budgetary Institution Center V.A. Almazov National
Medical Research Ministry of Health of the Russian Federation

Russia, St. Petersburg

Аннотация

В статье рассматривается качество обучаемости с точки зрения ритмологической практики Е.Д. Лучезарновой «Религиозные корни. Обучаемость». Понятие обучаемости интерпретируется через контекст освоения метаотношения к трём мировым религиям: буддизму, христианству, мусульманству. При этом сами религии в описываемой методике рассматриваются через метафоры: радость, грех, приказ, мозг, сердце, состояние между мозгом и сердцем. Ключевым в понимании религий здесь является вектор направленности внимания на добро или на зло. Совмещение внутри себя трёх разных конфессиональных потоков позволяет человеку быть открытым к новому, при этом сохраняя толерантное отношение к разным религиям и органично встраиваясь в современные реалии. Данная практика позволяет выравнивать человеку внутри себя два состояния: эмоциональное и информационное, находить новые смыслы, позволяющие расширять восприятие культурного достояния человечества. Под обучаемостью в статье понимается способность дистанцироваться от собственной культурно обусловленной идентичности и быть восприимчивым к новому. Одним из главных результатов применения данной практики, о

чём свидетельствуют проведённые интервью, является осознание того, что существуют потоки разных религий и их можно ощутить и отследить в себе и происходящих событиях. Работа с такими глобальными системами, каковыми являются религии, неизбежно меняет и сами когнитивные стили, направляя их в сторону принятия, толерантности к иным культурным системам.

Abstract

The article examines the quality of learnability from the perspective of E.D. Luchezarnova's rhythmological practice "Religious Roots. Learnability." The concept of learnability is interpreted through the context of mastering a meta-attitude towards three world religions: Buddhism, Christianity, and Islam. At the same time, the religions themselves are considered in the described methodology through metaphors: joy, sin, command, brain, heart, and the state between the brain and the heart. The key element in understanding religions here is the vector of attention directed towards good or evil. The combination of three different confessional streams within oneself allows a person to be open to new things while maintaining a tolerant attitude towards different religions and seamlessly integrating into modern realities. This practice enables a person to balance two states within themselves: emotional and informational, and to find new meanings that allow for an expanded perception of humanity's cultural heritage. In the article, "learnability" refers to the ability to distance oneself from one's own culturally determined identity and to be receptive to new things. One of the main outcomes of applying this practice — as evidenced by the interviews conducted — is the realization that there are flows of different religions, and they can be felt and traced in oneself and in the events taking place. Working with such global systems as religions inevitably changes cognitive styles themselves, directing them towards acceptance and tolerance of other cultural systems.

Ключевые слова: обучаемость, религии, толерантность, ритмология, ритмомера.

Keywords: learning ability, religions, tolerance, rhythmology, rhythm measure.

Введение

Настоящая статья в какой-то мере является продолжением исследований ритмологического нарратива [11], позволяющего в кризисный период формировать новые формы мышления, способные «интегрировать личное и коллективное, внутреннее и историческое» [11, с. 68].

На этот раз речь пойдёт о таком важном качестве, необходимом каждому человеку, как обучаемость. Понятие обучаемости в современной психологии рассматривается с разных точек зрения. «Так, согласно классификации общих способностей, предложенной В.Н. Дружининым, обучаемость следует считать одной из трёх общих способностей – наряду с интеллектуальными и креативностью» [3, с.228]. «Органической частью умственного развития является обучаемость – система интеллектуальных свойств личности, от которых зависит продуктивность учебной деятельности. Широкое толкование обучаемости позволяет включать в неё и такие особенности психики учащихся, как их внимание, память, качество познавательных интересов, мотивы, черты характера и т. д. В более узком понимании обучаемости речь может идти о качествах ума» [10, с. 224].

Мы будем понимать под **обучаемостью** способность к овладению чем-то новым: новыми знаниями, новыми умениями, новой деятельностью, новым образом мышления и поведения. И это качество важно иметь не только молодому поколению, но и более старшему, поскольку овладевать чем-то новым человек может в любом возрасте. На обучаемость могут влиять различные факторы: окружающая среда, устойчивая система ценностей, самооценка человека. Как подчёркивает А.Д. Онтикова, «...для качественной перестройки мышления и формирования новых паттернов поведения, нам нужно не только оказаться в способствующей нужному нам развитию среде, но и при этом иметь устойчивую систему ценностей, на которой базируется здоровая самооценка, способная стать «фильтром нашего окружения» [7, с. 33].

В ритмологии понятие обучаемости связано с очень непростой и вместе с тем деликатной темой – темой религий. Обучаемость Е.Д. Лучезарновой рассматривается через восприятие и понимание буддизма, христианства, мусульманства. Этой теме посвящена ритмомера «Религиозные корни. Обучаемость». ***Ритмомера** – практическая методика изменения психологических установок определённых контекстов жизнедеятельности, основанная на работе с тематически подобранными текстами.*

В ходе многовековой истории общественное сознание развивалось в сторону принятия групповой идентичности, основанной на системе верований [6]. Тем не менее некритичная идентификация с собственной социальной группой имеет и обратную сторону – неприятие всего того, что не вписывается в границы принятой идентификации. Умение же выходить в метапозицию относительно собственных систем убеждений и мнений, дистанцироваться от усвоенных стереотипов является необходимым условием для духовного роста личности. Именно поэтому одним из условий конструктивного развития общества является толерантное отношение к различным конфессиональным направлениям. Россия является светским государством, что означает правовое равенство множества конфессиональных групп. *Под **толерантностью** в настоящей работе понимается культурная толерантность и её разновидность конфессиональная толерантность как терпимость к культурным особенностям, мировоззренческим установкам носителей других ценностных систем, определённых мировоззренческих позиций, в данном случае – других религиозных убеждений* [1, с. 445].

Материалы и методы

Целью данного исследования является раскрытие понимания качества обучаемости в ритмологическом аспекте. При этом следует отметить, что в задачи данного исследования не входит аксиологическое описание духовно-нравственных ценностей традиционных религий.

Материалом исследования явилась авторская методика Е.Д. Лучезарновой «Религиозные корни. Обучаемость» [4]. Данная методика состоит из трёх частей: ритмологического текста, ритма и ритмики (ритмика – лингвистическая практика, основанная на прочтении определённых текстов). К материалам исследования относится также работа Е.Д. Лучезарновой «Нулевой репортаж» [5].

Методами исследования послужили метод интервью, наблюдение, описательный метод.

Содержательная интерпретация конфессиональных систем мировоззрения в рамках используемой методики

Три мировых конфессии в ритмологии рассматриваются с точки зрения понимания ими самой жизни (жизнь как радость, жизнь как грех, жизнь как приказ):

«Буддизм:

жизнь – радость – украшай,

Христианство:

жизнь – грех – отмаливай.

Мусульманство:

жизнь – приказ – исполняй» [5, с.64].

«Искорени все желания, и пусть с тобой происходит то, что будет происходить», – говорит Будда.

«Обрати все свои желания на добро. Забудь о зле. Постарайся увидеть во всём происходящем только доброе начало. Если это происходит, значит, на то воля божья», – говорит Христос.

«Направь своё внимание на зло, искорени всякое зло, которое по твоему усмотрению мешает развёртке божественного богоустройства», – говорит Мухаммед, направляя своих верных на искоренение зла» [5, с. 65].

Как видим, в центре понимания религий находится вектор их направленности на добро или на зло. Христианство обращает своё внимание на добро, мусульманство – на зло, буддизм предполагает удержание состояния между добром и злом.

Качество же обучаемости возникает, когда человек не фокусируется на чём-то одном, например, только зле, или только добре, когда его мозг «подвижен» и умеет «скользить» по этим состояниям. Но это касается, как подчёркивает автор, именно внутреннего состояния человека, отношения к себе, а не отношения к другим. «И постепенно ваше отношение к себе превращается в некие качели. То вы в себе ищете самое доброе начало своих поступков, затем начинаете искать самое злое начало. И, наконец, выходите в нулевой вариант – это где вы зависаете посерединке, где вы прокатываетесь с одной стороны на другую» [5, с. 66].

Основная идея ритмомеры «Религиозные корни. Обучаемость»: современный человек должен суметь пропустить внутри себя три мировые религии – буддизм, христианство, мусульманство – и выйти в своём сознании за ноосферу. Тогда он способен обучаться, то есть быть открытым к новому, менять себя и свою жизнь. С другой стороны, человек становится обучаем, когда у него появляются вопросы о самом предмете изучения, тогда он становится способным дистанцироваться от собственной конфессиональной принадлежности и воспринимать другие точки зрения.

«И каждый, кто читает необходимый ритм и научился наблюдать за знаками, может прожить все три этапа, все три состояния и выйти за уровень ноосферы – за тот уровень, где сталкиваются все три потока, три огромных мировых конфессии, влияющих на всё отображение, которое идёт на Земле» [4, с. 12]. Сами конфессии представляются метафорически: христианство – это голова, мозг, мусульманство – сердце, буддизм – соединение мозга и сердца. В ритмомере говорится и об атеизме как выходе на границы

собственного мировоззрения за рамки ограничивающего ритуала. «И это было необходимо, чтобы родился человек знания, который не боится никого, который прямо идёт и смотрит: так, ритуалы такие – это значит это, здесь другие ритуалы – значит вот это» [4, с.15].

Результаты и обсуждения

В рамках проведённого исследования мы взяли интервью у тех, кто применял данную методику (всего опрошено 10 респондентов). В ходе проживания разных потоков, которые активизировались прочтением специально подобранных текстов, применяющие методику наблюдали за своим состоянием и поведением. Так, проживание буддизма отмечено спокойным, ровным отношением к происходящему: респонденты отметили, что на субъективном уровне проявилось ощущение контролируемого фокуса наблюдения за смысловыми связями осваиваемого содержания, а при напряжении во внешнем плане удавалось сохранять самообладание.

Проживание христианства проявилось активной работой с информацией: подходила необходимая информация по конкретному запросу (по ритмомере, христианство связано именно с информацией, разумом, мозгом человека), наблюдались и изменения во внешних паттернах поведения (респондент 1 во время прохождения ритмомеры совершила путешествие, в котором для неё создавались комфортные условия). Респондент 2 отметила в себе желание заботиться о других: «выполняла просьбы окружающих, находила слова поддержки».

Во время проживания мусульманства респондент 2 проявила себя не так, как обычно, а более твёрдо, отстаивая свою точку зрения, респондент 3 отметил активизацию сердечного общения с родственниками, что раньше было для него затруднительно. Как отмечается в ритмомере, именно мусульманство связано с сердцем и называется религией земной жизни, религией энергии, красоты, планетарной красоты [4, с. 10]. Респондент 4 отметила желание занимать активную жизненную позицию, появление лидерских качеств: «задавала тон в общих делах».

Результатом для всех респондентов стало осознание того, что существуют структурные когнитивные фреймы разных религий и их можно ощутить и отследить в себе и происходящих событиях. Респондент 5 определил, что по национальности он имеет отношение к мусульманству, по месту проживания – к христианству, а по образованию – атеист.

Интересно отметить, что все респонденты увидели не только системообразующие структуры своей религии, но и толерантно отнеслись к другим религиям. Подчеркнём, что в понятии толерантности, не затрагивая другие стороны данного термина, мы делаем акцент именно на принятии воззрений другой конфессиональной группы. Речь идет не столько о терпимости, сколько именно об умении увидеть любые культурные различия с более универсальной метапозиции, существенно расширяющей горизонт восприятия мира в целом. Такое понимание восходит ещё к вольтеровскому признанию толерантности всеобщей ценностью и основополагающим компонентом мира и согласия между религиями и народами [8].

Культурная мировоззренческая и религиозная толерантность позволяет человеку использовать наработки разных конфессиональных течений. «К кому ближе ты на данный момент? Чем ты сейчас занят: рассматриваешь добро и усиленно в каждом человеке ищешь божественный огонёк, или направлен на зло и пытаешься в каждом убрать все его недостатки, разглядывая и помогая их преодолеть, или ты ничего не желаешь и полностью себя доверил всему происходящему, искореняя все свои желания и вышел в нулевой вариант?» [5, с. 65].

Приведём другие результаты работы с ритмомерой на основании протоколов наблюдения (1, 2 примеры) и отзывов её участников (3 – 6 примеры):

Результаты

1. Сын принял христианство, а его мама мусульманка. Между ними возник конфликт на религиозной почве. После ритмомеры «Религиозные корни. Обучаемость» отношения наладились, стали спокойными. Результатом принятия ритмомеры для сына стало раскрытие сердца.

2. Девушка, принявшая ритмомеру, вышла из старых связей, поменяла отношение к своим близким, буквально её жизнь вышла на новый виток развития: появился интерес к жизни, она устроилась на работу, начала строить собственную квартиру, стала обучаться жить по-другому.

3. Осознание, что потоки разных религий могут быть внутри каждого человека. Выход на новый уровень понимания и анализа. Принятие других религий, толерантное отношение к инакомыслящим. Понял, что на данный момент я ближе к буддизму, не люблю детальное планирование и привлекает то, что ситуация может измениться в любой момент сама по себе и заранее не предопределена. А это и есть причина, которая мешает самому управлять событиями своей жизни.

4. Присутствовал страх, который перешёл на уровень тела, этот страх мешал проявляться, не могла высказывать своё мнение, боялась осуждения, а это в свою очередь мешало развитию, обучаемости, получению новых навыков. Когда вышла на эту тему, смогла завершить обучение на ритмолога личности и далее поступила учиться на курс ритмологии сопровождения.

5. После принятия ритмомеры обстоятельства сложились таким образом, что со мной стала жить моя племянница. С рождения вокруг меня были родные мусульмане. И я изначально ближе была именно к мусульманству. Сейчас учусь заботиться о близком человеке, обучаюсь жить не одна, стараясь создать ей условия тепла, комфорта, адекватно взаимодействовать с ней в наружном времени, уделяя при этом время и себе, стремясь удерживаться в состоянии «между».

6. Изучая ритмомеру «Религиозные корни», я обнаружила, что меньше всего «владею» буддизмом – не умею «не вмешиваться ни во что». Прежде чем отреагировать на ситуацию сердцем или мозгом, оказывается, необходима хоть какая-то пауза, остановка. И если сочетать в себе основные религии, то можно выйти на космическое сознание – главный вывод, который я сделала для себя.

Суммируя приведенные данные, можно заключить, что общим итогом для принимавших ритмомеру явилось осознание возможности интеграции комплексов когнитивных и эмоциональных установок, свойственных различным религиозным системам мировоззрения, в рамках единого мышления, что неизбежно ведёт к качественным изменениям в сфере функционирования интеллектуальных операций и обобщённо отражается в трансформации когнитивных стилей. Таким образом, можно сформулировать **гипотезу** о том, что установки, задаваемые отношением к иным религиозным конфессиям, на метакогнитивном уровне способствуют проявлению большей гибкости в обучении и самому качеству обучаемости.

В качестве перспективы дальнейших исследований для проверки данной рабочей гипотезы можно было бы использовать тестовые методики, связывающих метакогнитивные свойства личности с параметрами обучаемости, такие как «Опросник диагностики способностей к метарешениям А.В. Карпова» (А.А. Карпов Взаимосвязи обучаемости и метакогнитивных качеств личности) [3], методика уровня выраженности и направленности рефлексии М. Гранта и др.

Заключение

Как и описанные ранее ритмомеры («Русские», Государственное устройство», «Любовь»), методика «Религиозные корни. Обучаемость» позволяет переходить из эмоционального состояния в особое когнитивное состояние, в котором и возможно проявить качество обучаемости, связанное с именем человека, а значит, с реструктуризацией структуры информационных связей.

Таким образом, прохождение практики «Ритмомера «Религиозные корни. Обучаемость» помогает перестраивать ценностные установки и информационные связи в структуре мышления личности, находить новые смыслы, позволяющие расширять восприятие культурного достояния человечества, менять мировоззрение, решать внутренние конфликты. Способность дистанцироваться от собственной социальной идентификации и является фундаментом культурной толерантности, а значит, и самого качества обучаемости как восприимчивости к иному. Работа с такими глобальными системами, каковыми являются религии, неизбежно меняет и сами когнитивные стили, направляя их в сторону большей адаптивности к самым разнообразным культурным контекстам.

Список литературы

1. Бардаков А.В., Ломанов П.В. Проблема восприятия понятия «толерантность» в российском культурном пространстве // Идеи и идеалы. – 2022. – Т. 14, Ч. 2, № 4. – С. 431–452. – DOI: 10.17212/2075-0862-2022-14.4.2-431-452.
2. Калмыкова З.И. Продуктивное мышление как основа обучаемости. – 1981. – 200 с.
3. Карпов А.А. Взаимосвязи обучаемости и метакогнитивных качеств личности // Ярославский педагогический вестник. – 2012. – № 3. – С. 228–235.
4. Лучезарнова Е.Д. Религиозные корни. Обучаемость. – М.: РИТМ 25, 2012. – 32 с.

5. Лучезарнова Е.Д. Нулевой репортаж, или Я просто вас люблю. – 3-е изд., исправл. и дополнен. – СПб.: РИТМОВЗЛЁТ, 2015. – 160 с.
6. Матецкая А.В., Астапов С.Н. и др. История религий России. 2025. – 240 с.
7. Онтикова А.Д. Эффективная и мягкая обучаемость новому. Самооценка + зеркальные нейроны = трансформация мышления и привычных паттернов поведения // *Universum: психология и образование: электрон. научн. журн.* – 2024. – С. 32–33. URL: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/16848>.
8. Орел Е.В. Учебно-методический комплекс дисциплины «Коммуникативные стратегии толерантности в социально-культурной сфере». Курс лекций. [Электронный ресурс] / Федер. агентство по образованию, Урал. гос. ун-т им. А.М. Горького. – Электрон. дан. (4,06 Мб). – Екатеринбург: [б. и.]. – 2008. – 395 с. URL: <https://elar.urfu.ru/handle/10995/1510> (дата обращения: 03.08.2026).
9. Филимонов Ю.В. Социально-ролевая, социокультурная идентичность и толерантность как факторы креативности субъектов творческой деятельности / Л.С. Филимонов // *Психология сегодня: актуальные исследования и перспективы: материалы Всероссийского психологического форума: в 2 томах* (Екатеринбург, 28–30 сентября. – 2022. – С. 848–851.
10. Чапаев Н.К. Культура умственного развития по З.И. Калмыковой: размышления над книгой / Н.К. Чапаев // *Корпоративная культура образовательных организаций: образы профессионально-нравственной культуры специалиста: материалы 6-й Всероссийской научно-практической конференции.* – 2014. – С. 222–237.
11. Шкарин Д.Л., Наумова Е.В. Специфика ритмологического нарратива: анализ ритмомеры «Государственное устройство» // *Начала русского мира.* – 2025. – № 8. – С. 67–73.

References

1. Bardakov A.V., Lomanov P.V. The Problem of Perceiving the Concept of “Tolerance” in the Russian Cultural Space // *Ideas and Ideals.* – 2022. – Vol. 14, Pt. 2, No. 4. – P. 431–452. – DOI: 10.17212/2075-0862-2022-14.4.2-431-452.
2. Kalmykova Z.I. Productive Thinking as the Basis of Learning Ability. – 1981. – 200 P.
3. Karpov A.A. The Relationship between Learning Ability and Metacognitive Qualities of the Individual // *Yaroslavl Pedagogical Bulletin.* – 2012. – No. 3. – P. 228–235.
4. Luchezarnova E.D. Religious Roots. Learning Ability. – Moscow: RITM 25, 2012. – 32 P.
5. Luchezarnova E.D. Zero Report, or I Simply Love You. – 3rd ed., revised and supplemented. – St. Petersburg: RITMOVZLET, 2015. – 160 P.
6. Matetskaya A.V., Astapov S.N., et al. History of Religions in Russia. 2025. – 240 P.
7. Ontikova A.D. Effective and gentle learning of something new. Self-esteem + mirror neurons = transformation of thinking and habitual behaviour patterns // *Universum: psychology and education: electronic scientific journal.* – 2024. – URL: <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/16848>. (accessed 08.09.2026)
8. Educational E.V., Gorky A.M. [Electronic resource] // elar.urfu.ru/handle/10995/1510.

-
9. Filimonov Yu.V. Socio-role, sociocultural identity and tolerance as factors of creativity among subjects of creative activity / L.S. Filimonov // Psychology today: current research and prospects: materials of the All-Russian Psychological Forum: in 2 volumes (Yekaterinburg, September 28–30. – 2022. – Vol. 1. – P. 848–851.
 10. Chapaev N.K. The Culture of Mental Development According to Z.I. Kalmykova: Reflections on the Book // Corporate Culture of Educational Organizations: Images of the Professional and Moral Culture of a Specialist: Proceedings of the 6th All-Russian Scientific and Practical Conference. – 2014. – P. 222–237.
 11. Shkarin D.L., Naumova E.V. Specifics of Rhythmological Narrative: Analysis of the Rhythmomera «State Structure» // The Beginnings of the Russian World. – 2025. – No. 8. – P. 67–73.